



Die Sicherheitsschulung

Ein interaktives Training



Was bietet die Sicherheitsschulung?

Unsere Sicherheitsschulung schult die Handlungskompetenz der Mitarbeiter in kritischen Situationen am Arbeitsplatz. Im Team lernen die Mitarbeiter, wie sie mit Krisensituationen umgehen, Provokationen stoppen oder diese gar im Vorfeld vermeiden können. Eine ehemalige Personenschützerin vermittelt hierzu mentale sowie praktische Methoden zum Eigenschutz. Sie gibt Fachwissen aus der Sicherheitsbranche weiter, das in keinem Buch nachzulesen ist.

Zielgruppe

Außendienstmitarbeiter, Mitarbeiter im Kundencenter, Mitarbeiter in Einkaufsfilialen, Mitarbeiter in öffentlichen Einrichtungen, Mitarbeiter an Rast- und Tankanlagen. Unternehmen, die die persönliche Sicherheit ihrer Mitarbeiter am Arbeitsplatz stärken wollen.

Nutzen

Stärkung des Selbstbewusstseins, Vergrößern der Reaktionsmöglichkeiten, der „Plan B“ bzw. Alternativen. Die Teilnehmer lernen, sich zu wehren und entsprechende Haltung einzunehmen. Mitarbeiter werden im Umgang mit Sicherheitssystemen geschult, Strukturen und Abläufe im Team eingeübt.



Schulungsbeschreibung

Unsere Sicherheitsschulung ist ein Training für Frauen und Männer, die ihre **persönliche Sicherheit stärken** wollen. Sie spüren eigene Unsicherheiten oder haben bereits Angriffssituationen erlebt? Oft genug ziehen wir uns auf die Opferposition zurück, anstatt stark und zielbewusst aufzutreten. In diesem Training beschäftigen Sie sich zunächst damit, **was Sie tun können, bevor etwas geschieht**. Denn der beste „Kampf“ ist immer noch der, der nicht stattfindet.

Eine der wesentlichen Voraussetzung dafür ist eine **kontinuierliche Aufmerksamkeit**. Jeder Überfall, jedes Problem kündigt sich an. Diese Vorboten wahrzunehmen heißt, der eigenen Intuition zu glauben. Die **innere Einstellung** zum Thema Sicherheit sieht man Ihnen an. Sie hat Einfluss auf Ihren Gang, Ihre Körperhaltung und Ausstrahlung. In praktischen Übungen übertragen Sie Gelerntes auf Alltagssituationen und bringen sich in **vorteilhafte Positionen**.

Im Training stellt Heidi Prochaska Ihnen wichtige Verhaltensregeln und eine Reihe von bekannten und ungewöhnlichen **Hilfsmitteln** vor, um sich selber zu schützen oder fehlende Körperkraft auszugleichen.

Schulungsinhalt

Stärkung des Selbstbewusstseins

- Wie können wir im Notfall handeln, wenn ein Angriff auf uns stattfindet?
- Welche Körperhaltung nehmen wir ein, welche Worte setzen wir ein?
- Wir entdecken und üben Methoden der Schlagtechniken

Aufmerksamkeit und Intuition

- Worauf sollten wir unsere Aufmerksamkeit richten?
- Intuition ist ein guter Ratgeber, eine plötzliche Erkenntnis; diese sollten wir akzeptieren, annehmen und nutzen
- Themen werden in Kleingruppen erarbeitet

Praktische Methoden

- Was tun, wenn der Notfall eintritt?
- Viele Anzeichen sind im Vorfeld schon sichtbar
- Übung von hilfreichen praktischen Methoden
- Mechanismen erkennen

Was ist Notwehr?

- Eine Einschätzung zur rechtlichen Situation

Analyse vorbeugender Verhaltensweisen

- Übungen im Team anhand einer weisen Bauerngeschichte
- Was hat die Geschichte mit uns zu tun?
- Übung im Umgang mit verbalen Angriffen und Provokationen



Vorteile

- Interaktive Vermittlung, Praxiserprobte Übungen
- Begrenzte Teilnehmerzahl, Spezialwissen aus der Sicherheitsbranche
- Je nach Erfordernis und Bedürfnis werden die Schwerpunkte des Trainings in Absprache mit dem Kunden entsprechend festgesetzt.

Die Trainerin

Heidi Prochaska ist 1964 im Ruhrgebiet geboren. Sie ist zertifizierter Coach für Veränderungsprozesse, Autorin, Dozentin und ehemalige Personenschützerin. Ausgebildet und erfahren in einem typischen Frauenberuf, wechselte sie in eine klassische Männerdomäne. Acht Jahre lang gehörte sie zu den wenigen weiblichen Personenschützerinnen im deutschsprachigen Raum und arbeitete für Unternehmerfamilien und Konzernvorstände. Die Praxis der Zen-Meditation, effiziente Zielerreichung sowie kontinuierliche Weiterentwicklung und Optimierung der Persönlichkeit sind ihre Spezialgebiete. Sie ist selbständig, lebt in Stuttgart und hat bisher zwei Bücher veröffentlicht, erschienen im Atlatus Verlag Stuttgart.



Inhouse-Schulung

Dauer: 1 Tag / 7 Std
Teilnehmer: max. 15 Personen
Preis nach Absprache

Kontakt

Atlatus GmbH
Neue Weinsteige 47-49
70180 Stuttgart

Susanne Apelt
Tel +49 711 758589-10
Mobil +49 162 9 11 50 94
susanne.apelt@atlatus.de; www.atlatus.de